

# 体育

增强社区纽带



不畏逆境，重新定义“能力”

第7页

弗吉斯之家让儿童难民通过  
赛场适应新生活

第9页

奥伦·莱昂斯：长曲棍球遗产

第11页



美国国务院  
第16卷 / 第10期  
2012年6月发行

局长: Dawn L. McCall  
执行编辑: Nicholas S. Namba  
期刊部总监: Michael Jay Friedman  
编辑主管: Mary T. Chunko  
责任编辑: Ashley Rainey Donahey  
特约编辑: Mary-Katherine Ream  
制作主管: Michelle Farrell  
设计: Dori Walker  
封面设计: Lauren Russel

《美国电子期刊》(eJournalUSA)由美国国务院国际信息局 (Bureau of International Information Programs of the U.S. Department of State) 出版。

每期围绕一个与美国和国际社会相关的主题, 并且向海外读者介绍美国社会、价值观、思想和机制机构。电子期刊以英文版出刊, 每期还有法文、葡萄牙文、俄文和西班牙文的译文电子版。部分期刊也有阿拉伯文版、中文版和波斯文版。每一期以卷数和期号编目。

期刊中表达的看法不一定代表美国政府的观点或政策。美国国务院对这些期刊所链接的因特网网站的内容及其是否畅通不承担任何责任; 上述责任完全属于该网站发行人。期刊的文章、照片、图像可在美国境外复制或翻译, 但标有明确版权限制的情况除外——在此情况下复制或翻译必须事先征得期刊中标明的版权所有者的允许。

《美国电子期刊》编辑  
IIP/CD/WC  
U.S. Department of State  
2200 C Street, NW  
Washington, DC 20522-0501  
USA  
E-mail: eJournalUSA@state.gov

Cover photo: ©AP Images

## 本期美国电子期刊



©AP Images

真正的体育精神: 麦格恩·沃格尔(右)在3200米长跑比赛中扶着竞争对手阿登·麦克马斯走向终点线, 并让麦克马斯先于自己通过终点线。

麦格恩·沃格尔 (Meghan Vogel) 一小时前刚在俄亥俄州哥伦布 (Columbus) 的全州运动会上赢得1600米中长跑冠军, 此刻, 她在3200长跑比赛中落后。在离终点线还有20米的时候, 位居最后的沃格尔看到跑在前面的对手阿登·麦克马斯 (Arden McMath) 突然倒在地上。沃格尔帮她重新站起, 并扶着她走向终点, 而且确保让麦克马斯先于自己通过终点线。

很多年轻的运动员都梦想成为自己项目中的明星。然而, 在大体育联盟中赚大钱并非体育运动的实质。在美国, 体育运动在社区生活中扮演着重要角色。运动员从中学到遵守纪律、团队精神和相互包容等多方面的宝贵经验, 而这些有助于他们在比赛场内外都取得成功。本期《美国电子期刊》(eJournal USA) 探讨体育运动在美国社会中的影响力, 特别是体育活动能够让人们超越差异进而增强社区纽带的巨大力量。

— 美国国务院国际信息局撰稿人

体育精神: 华盛顿-奥伯恩少棒联盟队 (Washington - Auburn Little League) 在赢得西北地区赛冠军后欢呼雀跃。体育活动让来自各种背景的美人或者作为队员或者作为观众欢聚一堂。



©AP Images

# 体育增强社区纽带

美国电子期刊 2012年6月发行 第16卷 / 第10期

美国国务院国际信息局出版

## 内容



©AP Images

团队齐心：哥伦拜恩高中（Columbine High School）女子足球队队员在科罗拉多州英格伍德的赛场上——一齐拍手。

### 我的路

#### 从局外人到奥运选手

在教练、家人和社区的帮助下，琳达·米勒从一个从不接触体育的女孩成长为世界一流运动员 5 |

### 人物故事：美国体育风范的缩影

不畏逆境，重新定义“能力” 7 |  
儿童难民通过赛场适应新生活 9 |  
印第安易洛魁族部落创造的长曲棍球运动 11 |  
击剑运动打造新天地 13 |  
排球明星回馈曾支持她的市中心贫民区。 15 |

## 宏观思维

# 2

### 美国社会的体育活动

《芝加哥太阳报》资深体育记者黎克·特兰德

体育活动使美国人抛开差异，建立起个人——比赛对手——之间和社区间的友谊。

### 更多

#### 图片集

美国一流运动员与世界各地社区中的体育运动爱好者建立联系。 17 |

#### 小知识

体育资讯知多少 19 |

©AP Images

游戏

# 美国社会的 体育活动

作者：黎克 特兰德

**很**难想象一个没有游戏的世界。如果能想象出这样一个世界，那景象也不会令人快乐。

多年前我写过一本书，描述纽约市布鲁克林区 (Brooklyn, New York) 一个贫民区的柏油路面公园和夏季在那个公园消遣的儿童和年轻人。虽然那里有时会出问题，但是大多数时光是令人欢快的。篮球活动把青少年聚集到一起；小孩子边运球边梦想未来；年纪较大的人则边投篮，边遥想当年。我把书名称作《天堂是一个运动场》(Heaven Is a Playground)，我真的认为是这样。我认为游戏自由是人最可贵的天赋。

## 美国人的赛事与社区

美国的最佳特点之一，是体育与游戏是那么自然地融合在社区邻里的生活中。任何一个周六午后，人们都可以看到来自各种背景、职业和



Getty Images

宗教信仰的人聚集到当地学校和社区中心的运动场和体育馆，踢足球、玩美式橄榄球、打篮球、打棒球以及从事其他体育活动，旁边有家人加油助威。参加体育活动向来是美国人抛开差异、在人与人——比赛者与比赛者——以及在社区间结下友情的方式之一。

如果你曾看到过一支社区球队给当地带来的兴奋和激情，给队员、父母和观众带来的振奋，那么你确实是看到了一道美景。

2009年，在飓风“卡特里娜”(Katrina) 淹没摧毁了新奥尔良的大部地区之后四年，国家美式橄榄球联盟 (National Football League) 的新奥尔良圣徒队 (Saints) 赢得超级碗 (Super Bowl)，人们从中感到了那种振奋。从市内的出租车司机到波旁街 (Bourbon Street) 的蓝调歌手，从河口的餐馆业主到沼泽区的银行家，圣徒队向冠军宝座的一路挺进——这是该队成立45年以来首次夺冠——让新奥尔良群情舒畅，万众欢腾。我们东山再起！我们超过以往！

新奥尔良圣徒队是一支大型职业球队，而美国各地大小城镇和学校的比赛也经常同样产生这样的情感和振作力。少棒联盟 (Little League) 的小学生在全国各地进行比赛，往往会有一匹黑马球队脱颖而出，赢得锦标赛，令父母和兄弟姐妹始料未及地打进少棒联盟世界大赛 (Little League World Series)。

在我所住的芝加哥郊区，与我家相隔四幢房子，曾住着一个身材瘦长有些怪气的男孩，他和我的孩子在一个地方等校车。如今他已是2008年北京奥运会两块金牌和一



Getty Images

精神振奋：楠塔基特高中1 (Nantucket High School) (美式足球队队员在马萨诸塞州赢得冠军后抬起教练。



©AP Images



MCT via Getty Images



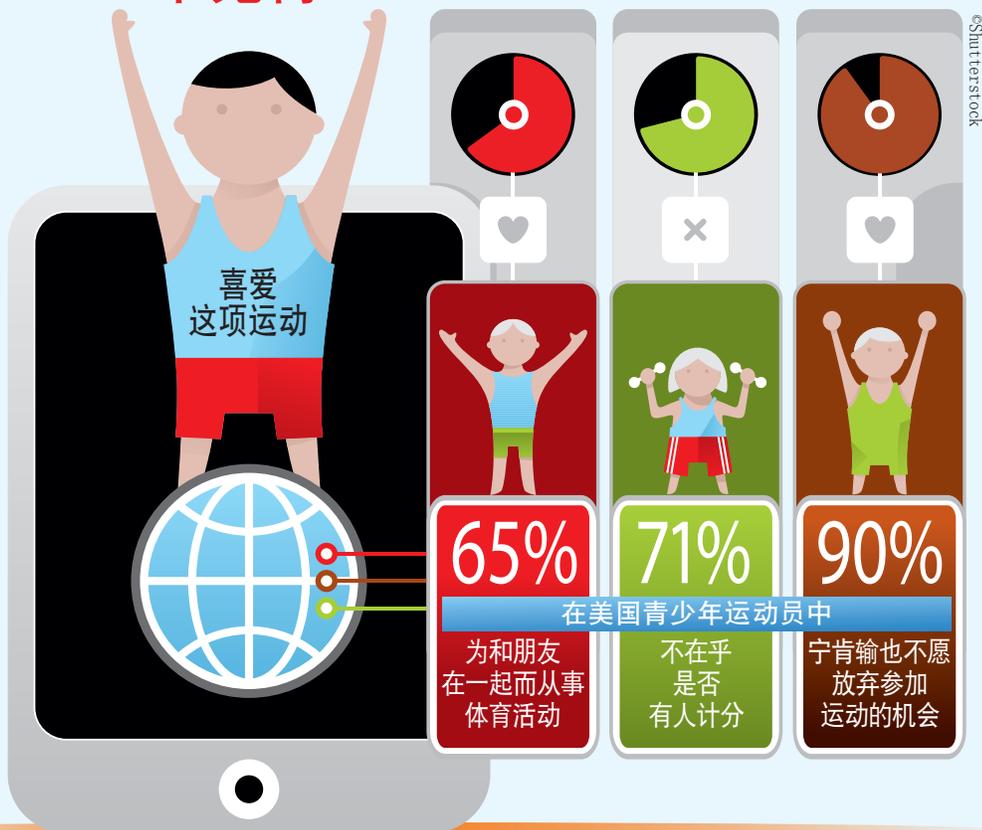
©AP Images

左：一起来：加利福尼亚州舒桑市 (Suisun City) 的一些青少年在打自由结合的篮球赛。中：92岁的洛丽丝·艾德曼 (Lois Idleman) 支持她所在的密苏里州乔普林的地方“鹰”球队 (Eagles)。右：玩耍：八岁的约翰·瓦普 (Josh Warp) (右) 和六岁的伊桑·贝尔 (Ethan Bell) 在蒙大拿哈佛 (Havre) 的当地足球比赛上争球。

块银牌的得主，并看好在2012年伦敦奥运比赛中赢得更多奖牌。他名叫马特·格雷威尔斯 (Matt Grevers)，当年他在中学游泳时，整个游泳队曾同他一起前往伊利诺州全州锦标赛。如果没有游泳的

机会——以及队友和我们社区其他人的支持——马特很可能只是个有着一双大脚的瘦长男孩，而不是现在的奥运选手和领袖。

## 美国运动员的目标只是赢第一吗？ 不见得！



根据2011年对美国5-18岁的运动员的一项调查结果。来源：Minnesota Amateur Sports Commission, Athletic Footwear Association, USA Today Survey, Michigan State.



上：家乡英雄：马特·格雷弗斯（Matt Grevers）在赢得 2011 年美国男子游泳锦标赛 200 米仰泳冠军后向粉丝挥手。右：打球的快乐：NBA 超级明星迈克尔·乔丹在合同中设有一条特别条款，以便让他可以在任何时候、任何自己愿意的地方无偿打篮球。

## 从体育中学习

社区体育活动和在体育运动中努力追求最佳结果会产生一种涟漪效应，其中的好处无论怎样评价都难以为过。通过体育也可以学到人生道理。无论任何工作、任何艺术、任何表达形式，不时都会让人遭受挫折。通过体育，人们可以学会一次又一次像春季作物般地重新抬起头来。

我读中学时，我们的橄榄球队有位体重 185 磅（84 公斤）的跑卫队员。跑卫的任务是保护组织进攻的四分卫，他经常需要封锁体重比他多出 20、30 或甚至 50 磅的对手。他完全凭着毅力和执著起到这一作用，最后甚至进了全美联合会（All-Conference）球队，这是我们地区挑出的最佳选手队。他对其他体育活动并不怎么擅长，甚至在橄榄球中也不算具有最佳体格，他也从未晋级到更高层次。但我是四分卫，而我可以坦率地说，他改变了我的人生，因为他向我显示——并非刻意为之——一个人在被击倒后必须自己站起来，重新系好韧带，再次冲锋陷阵。

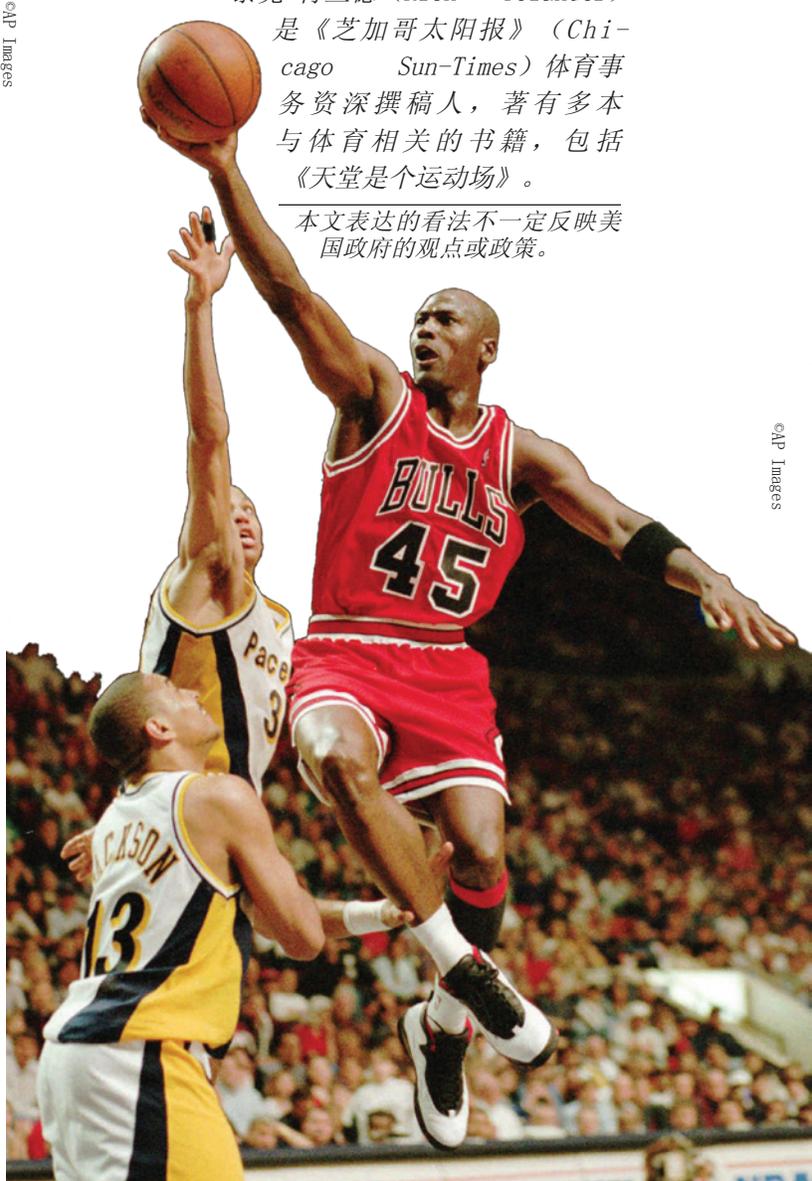
## 游戏自由 是人 最可贵的天赋

但是，韧性和毅力不只是从事体育运动的唯一好处。优秀篮球运动员迈克尔·乔丹（Michael Jordan）与芝加哥公牛队（Bulls）的合同中有一条很不寻常的条款，被称作是他的“打球乐趣”条款。条款规定，与大多数有价值的职业选手不同，他可以在任何时候、任何自己愿意的地方无偿打球——纯粹是为乐趣打球。

参加体育活动可以让所有人感受到像迈克尔·乔丹那样的乐趣——无论是否灌篮得分。在遵守规则和有竞赛风范的体育活动中，运动员、观众都不由变得同心协力，水乳交融。正因为这样，体育让人们超越差异，让社区更强健有力。n

黎克·特兰德（Rick Telander）是《芝加哥太阳报》（Chicago Sun-Times）体育事务资深撰稿人，著有多本与体育相关的书籍，包括《天堂是个运动场》。

本文表达的看法不一定反映美国政府的观点或政策。



# 从局外人到奥运选手

作者：琳达·米勒



克服

上：我们来了！美国奥运代表队在2000年悉尼奥运会开幕式上行进——琳达·米勒在其中。右：众目所瞩：人们聚在岸边观看三一学院（Trinity College）女子划船队比赛。

# 体育

小时候，体育与我无缘。在哮喘病的折磨下，我时常被送往急诊室，体育课时，我有医生的假条，往往坐在板凳上旁观。每当我提出想和小朋友们一起参加体育活动，母亲的回答总是理解但威严的“不行”二字。很明显，我命中注定不会与世界最优秀的运动员在奥运会上一决高低。

然而我却正是这样做了。

在通往奥林匹克的路途中，哮喘只是我必须克服的许多障碍中的第一个。他人给你设下的极限与你自身设下的极限相比微不足道。在任何领域，特别是在每天竞争胜负的体育场上，自我怀疑会导致人裹步不前。长时间发挥不出最佳水平会严重影响精神状态。要实现梦想，就必须克服自我怀疑，而在这个过程中你所遇



到的一些人会对你取得成功有重大作用。我何其幸运，遇到了促使我重新看待自身极限的导师，在家中和天涯海角都得到了社区的

支持。没有他们，我永远不会有参加奥运会的梦想。

## 挑战极限

在很大程度上，我的奥运之路开始于我的高中划船教练迪·坎贝尔 (Dee Campbell)。他有耐心，关心人，讲话直率。我14岁那年，有一天迪敲门，来接一年前开始划船训练的姐姐。当身高近6英尺 (1.8米) 的我开门时，他直视我的眼睛，问我是否想划船。我解释说我不行：我有哮喘，我母亲不会允许。迪不接受这个理由，他告诉我，只有我本人能给自己设极限。在他的帮助下，我最终说服母亲允许我练习划船。

另一位有影响的导师是我在华盛顿大学 (University of Washington) 划船队的教练简·哈维尔 (Jan Harville)。有一年夏天，离世界锦标赛 (World Championships) 只有一个月的時候，我和一个同伴从八人船转到两人船，由简进行指导。由于我们划这种小船的经验非常少，没有人预料我们能取得佳绩。但是，简教导我们，在没有高期望压力的情况下，我们反而有可能有优异的发挥。她解释说，如果我们尽到最大努力，自然就会有结果。仅在四个星期中，我们便学会将精力集中于每一次划桨，而不是结果。

对我来说，看轻结果是一个具有颠覆性的观念。以前，我认为获胜不是全部意义所在，而是惟一意义所在。而突然之间，我不再关注取胜，而是要全身心地发挥最大潜能，不再在意我们何时达到终点线。结果，我们登上了领奖台获得铜牌，对我而言这无异是个奇迹（而且也出乎相当多人的意外）。那种体验教会我抛开他人的期待，并让我确信了自信心所能产生的力量。

## 众人给力力量大

体育还教我认识到集体的力量。接受奥运训练期间，



澳大利亚悉尼2000年奥运会期间，队友（左起）琳达·米勒、尼克·皮特森 (Nick Peterson) 和麦克·波特菲尔德 (Mike Porterfield) 手持他们高中划船队的T恤合影。

我住在加州丘拉维斯塔 (Chula Vista) 的奥林匹克训练中心 (Olympic Training Center)，与我在弗吉尼亚的家乡相隔2000英里。我和来自全国各地的女运动员应邀住在这里，接受美国奥运代表队教练的培训。训练时间很长，对体力的要求超出大多数人的想象。

我们每星期训练六天，每天进行五到六小时的高强度训练。我们一同前往世界各地，在德国、瑞士、法国、比利时和澳大利亚等国家参加比赛。日复一日在一起训练，共同经历过伤病、家庭不幸和身体极限，彼此结下终生的友谊。我们之间那种强烈的集体意识赋予我们力量，让我们即使在感到精疲力竭时，也仍然能够继续前进。

纵然离家2000英里之遥，我家乡的社区伴随着我走过每一步。我高中的划船队骄傲地把记载我历次成功的报纸文章张贴出来。我在1999年世界锦标赛上夺得银牌后，我的前教练迪接受一家全国性报纸的采访，对我的成就表示非常骄傲。我入选参加2000年澳大利亚悉尼奥运的美国代表队时，我的两名高中队友就在我身旁。

一天，我们在奥运村拿出我们高中的T恤摄影留念。虽然远在千里之外，但是从一开始就培育着我们的社区始终伴随我们。那些支持帮助我，让我找到勇气第一次举起划桨，拿起救生衣，一路拼搏到奥运赛场的所有导师、队友和邻居，都与身穿奥运服装的运动员一样，堪称是当年奥运队中的一员。n

琳达·米勒 (Linda Miller) 作为美国女子划船队选手参加了2000年在澳大利亚悉尼举行的夏季奥运会。

本文表达的看法不一定反映美国政府的观点或政策。



在教练、家人和社区的帮助下，琳达·米勒从一个从不接触体育的女孩成长为世界一流运动员。

美国奥委会最新信息：

TeamUSA.org



# 司考特·巴西特： 不畏逆境，重新定义“能力”

田径运动员司考特·巴西特（Scout Bassett）每天清晨4点30分起床，训练到8点钟。然后去上班，而后再训练两个小时。

她说：“我在训练和比赛时，并不感到自己有残疾。我惟一感到的是行动自由。”

巴西特正在为参加2012年伦敦残奥会（2012 London Paralympics）的田径比赛进行训练。这将是身体或智力残疾的运动员的比赛盛会。

## 坎坷的童年

巴西特出生在中国，一周岁之前在一场火灾中失去右腿。事故发生后不久，她被抛弃在一家孤儿院门外。

巴西特回忆说：“我在孤儿院生活的七年时间非常痛苦和艰难。我从不记得在七年里出过门。”

1994年，一道清风拂来。美国密歇根州港泉（Harbor Springs）的苏西和乔·巴西特（Susie and Joe Bassett）夫妇来到孤儿院。他们是来认领他们领养的一个女婴，但在将她带走以前，决定顺便看看孤儿院里的其他房间。

在一个房间里，他们看到20个儿童正坐在桌旁吃零食，然而有两个小孩格外引起巴西特夫妇的注意。其中一个男孩为这对夫妇唱了一首歌，而另一个小女孩，也就是司考特，则静静地凝视着他们。不到一年，这三个小孩都成了巴西特家的成员。

苏西说：“我当时不知道她少了一条腿，因为她坐在桌旁。不过，我说，‘啊，那她更需要我的帮助’。”

## 重新定义“能力”

司考特·巴西特说，体育的绝妙之处是，它能使各不同背景的人们为了共同的目标而走到一起。体育使巴西特战胜了与美国同学在文化和语言不同的障碍。

不过，最初，司考特在凳子上度过了许多时光。她在初中的垒球、篮球和足球等球队里练过球，但很少参加比赛。司考特说：

“我很快发现，体育仅仅好像是让我的残疾更突出。”遭到冷落，“让我懂得绝不能让别人的话语或行为限定我”。

她14岁那年装上了专门适于体育活动的假肢。她立刻参加了田径比赛。虽然她第一场比赛失败，但眼前的可能性令她深受鼓舞。她说：“这绝不是为了获胜或炫耀一番。我之所以参与是因为要证明我能战胜自身的恐惧与怀疑。”



Alison Hewitt/UCLA Today

上：重新定义“能力”：截肢三项全能运动员司考特·巴西特在南加州大学校园稍事休息。下：水中自如：巴西特不戴假肢游泳，而且几乎每次游程至少半英里。





上：起步不凡：巴西特虽然小时候因事故失去了一条腿，但她现在有四副假肢，分别用于日常步行，跑步，短跑和骑车。左：暂停：三项全能运动员巴西特从步行假肢换到骑车假肢。



Alison Hewitt/UCLA Today

“能力”的看法。我虽然失去了腿，但并没有失去勇气或毅力，继续重新界定我的能力。”

### 凯旋归来的冠军

司考特·巴西特如今有4副假肢，分别用于日常行走、跑步、短跑和骑车。不同的假肢帮助她参加了多次三项全能比赛，其中包括2011年残奥会世界锦标赛，这也是她16年来首次重返中国。作为一名优秀运动员重返自己的出生地，她感慨万千。

她说：“在整个比赛中，观众和粉丝们的呼声让我感到振奋，很受激励。”在接近终点时，她不禁因喜悦和自豪而热泪盈眶。“那一时刻，我不敢相信自己曾是孤儿，就要在世界锦标赛中获得奖牌。” n

— 玛丽-凯瑟琳·里姆  
(Mary-Katherine Ream)

不久，司考特接触到“障碍运动员基金会”（Challenged Athletes Foundation），这是一个为残疾人提供追求积极人生机会的组织。通过该组织，她获得了物质和精神上的支持，并得到参加田径比赛的培训。自从与这个组织建立联系以来，司考特在过去四届世界残疾运动员全能锦标赛中都获奖。她还愿意为该组织担任发言人。

她说：“我希望，我参与障碍运动员基金会的工作，将使那些有身残的人获得力量，为自己的理想而奋斗，并且帮助改变人们对什么叫

通过视频了解  
斯考特的经历！

<http://goo.gl/JcVmO>



# 弗吉斯之家 让儿童难民通过赛场 适应新生活

**在**佐治亚州的克拉克斯顿（Clarkston），卢玛·穆夫莱（Luma Mufleh）有一天在开车去超市的路上遇到命运之神。当时她错过了一个转弯，不觉来到一处公寓楼的停车场。

穆夫莱说：“我看到这些孩子在踢足球，不禁想起家乡，想起我童年在约旦街头踢足球的情景。”

她停下来看孩子们比赛后了解到，他们都是难民——是因战争而流落他乡的儿童。

第二周，她又来到同样的地点，还带来了足球。随后她发起成立弗吉斯之家（Fugees Family）非赢利组织，利用足球的力量来帮助儿童难民适应美国的新生活。

穆夫莱在该组织的网站上写道：“我希望作为一名教练来参与他们的生活，我从未想到这些孩子会成为我的大家庭的一员。”

全体上车：卢玛·穆夫莱和她的弗吉斯之家在球队专车前合影。

## 化解分歧

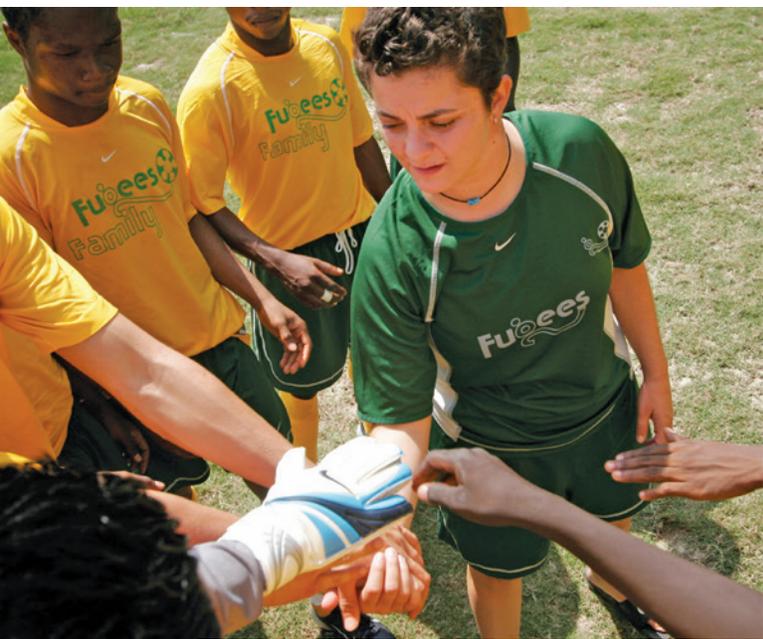
弗吉斯之家的成员上场时，代表了从缅甸、波斯尼亚到苏丹和索马里的28个国家。过去30年来，这些国家都经历过战争的蹂躏。

穆夫莱说：“我这里有来自阿富汗的儿童，他们是逊尼派和什叶派的孩子。我还有来自北苏丹和南苏丹的儿童。我最初开始组队时，孩子们互不理睬。”

但是，通过踢足球，这些隔阂很快消失。为了取胜，队员们必须齐心协力，和谐相处。

穆夫莱说：“我们大家都喜欢这一国际体育，它超越了国界、语言和其他一切。”





©AP Images



©AP Images

上：卢玛·穆夫莱在亚特兰大的一场足球赛前为弗吉斯之家队员鼓劲。下：指挥官教练：约旦出生的卢玛·穆夫莱看着她的队员做上场前的准备。她的弗吉斯之家球队队员都是来到美国的青少年难民。

## 适应过程

通过足球，弗吉斯之家除了消除文化隔阂之外，还为儿童队员们带来归属感。

穆夫莱说：“他们来到这个国家，面对全新的环境。他们非常孤独，感到不适应，没有归属感。” 异样的姓名，外国的口音，使这些儿童难民在他们的美国同学中显得很个别。

然而，在足球场上，周围的其他孩子与他们有着相同的名字和口音，让他们觉得如鱼得水。

穆夫莱说：“我们球队确实没有叫约翰、保罗或玛丽的。我们尽量称赞我们的不同，使孩子们不感到孤独。”

为了在弗吉斯之家踢球，队员们必须同意参加辅导和练习班，在场内场外有良好的行为举止，而且只能说英文。穆夫莱是在看到队员在学校为语言隔阂而苦恼之后，做出的只说英文的规定。对于某些孩子，在运动场练习英文对他们学业的成功大有裨益。

穆夫莱还为那些需要更多帮助的孩子成立了弗吉斯之家学校，这是美国第一所专门为儿童难民提供补习的学校。这所学校既教体育又教文化，以培养全面发展的优秀人才。穆夫莱希望，学校将成为解决难民社区特殊需求的一个样板。

无论是利用足球还是通过教育，穆夫莱的目标始终一致。她说：“我们希望确保每个人都能实现美国梦。”

穆夫莱近来刚实现自己的美国梦。她于去年10月参加了入籍仪式成为美国公民——与她初来美国相距近18年时间。弗吉斯之家的成员们出席了她的入籍仪式。 n

— 玛丽-凯瑟琳·里姆  
(Mary-Katherine Ream)

上网了解弗吉斯之家：

[FugeesFamily.org](http://FugeesFamily.org)





© AP Images



© Shutterstock

## 奥伦·莱昂斯： 长曲棍球 遗产

美国前院：2011年在白宫南草坪上，华盛顿地区的青少年与美国原住民青少年一道弘扬长曲棍球运动及其发源史。下左：长曲棍球带头人：奥农达加部落首领奥伦·莱昂斯在1996年东京长曲棍球世界锦标赛与日本队的比赛期间，参加易洛魁族各部落联队的队会。

**奥**伦·莱昂斯 (Oren Lyons) 是印第安易洛魁族 (Iroquois) 奥农达加 (Onondaga) 部落的成员，今年近82岁。但是，这并不能阻止他参加奥农达加本赛季的第一场长曲棍球赛。

莱昂斯在一次演讲中说：“谈论长曲棍球就是谈论易洛魁族六大部落 (Six Nations) 的生命线。这个运动项目深深根植在我们的文化、我们的制度和我们的生命中。”

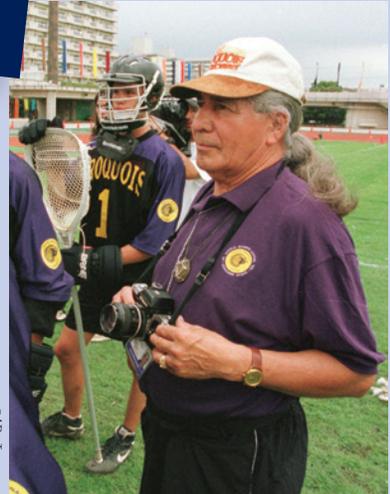
长曲棍球运动使美洲原住民印第安人既能弘扬继承自己的传统，同时也加入到更广泛的社区中。莱昂斯作为守门员于1993年被纳入长曲棍球名人堂 (Lacrosse Hall of Fame)。他曾凭自己的长曲棍球球技获得奖学金，就读于锡拉丘兹大学 (Syracuse University)，如今他是纽约州立大学水牛城分校 (State University of New York Buffalo) 的荣誉退休教授。但是，作为易洛魁族各部落理事会理事，他依然不离长曲棍球。

按照传统，他参加的奥农达加部落本季首场比赛是一场驱病之赛。莱昂斯说，这将是为世界上所有人而赛，“因为这是我们的风格，这是我们的思维方式”。

### “他们碰膝”

古老的奥农达加部落的成员把这项运动叫做“guh-jee-gwah-ai”，意思是“他们碰膝”。易洛魁族人数百年前开展这项运动时，场上球员可多达上千人，场地可绵延数英里。

今天，长曲棍球比赛双方各由10名队员组成，手持带有网罩的长棍，在比赛场上捕捉、携带和投掷一个小球。每个队如能将



© AP Images



Smithsonian/Choctaw Nation of Oklahoma

上：发扬传统：俄克拉何马州乔克托族（Choctaw Nation）成员打棍球，长曲棍球运动由此演变而来。

“谈论长曲棍球  
就是谈论  
易洛魁族  
六大部落  
(Six Nations)  
的生命线。  
这个运动项目  
深深根植在  
我们的文化、  
我们的制度和  
我们的生命中。”

球投进对方的球网即可得分。比赛分四节进行，得分多的队获胜。

长曲棍球比赛看上去激烈，速度快，但对美洲印第安人来说，它具有驱病、健身和外交功能。他们认为，这项运动是

造物主的赐福，因而打球是回报造物主。

### 打球驱病

莱昂斯解释说：“这项运动首先是一项驱病运动”。为驱病而赛。任何人都可以为自己或为他人提出进行比赛的要求，随后，“整个社区就会行动起来”。

赛球日会举有庆祝盛宴。所有当天使用的物品，从食品到小球，都必须在当天制作。做好一切准备之后，球员们围在一堆圣火四周聆听一位精神领袖解释是谁召集比赛，以及这场比赛对社区有什么样的象征意义。

莱昂斯说：“长棍是山核桃木制作的，因此，精神领袖会解释山核桃树的重要意义以及它为这场比赛增添的含义……皮子来自鹿，因此，他会说明动物的重要性。”

在比赛开始前，两队事先决定是以进三球、五球还是七球为胜。在取得一致意见后，双方上场，掷球开赛。

莱昂斯解释说：“在那一刻，所有比赛队员都上升到更高的空间。他们成为为一个更高的权威和境界而打球的精神人物。”

### 为和平而打球

对易洛魁人来说，长曲棍球在历史上曾对处理冲突具有双重作用。一方面，这项运动帮助男人和男童做好上战场的准备。另一方面，这项运动帮助有争执的部落通过比赛解决纠纷，避免战争。

虽然长曲棍球或许已失去了历史上曾经起到的防止冲突的作用，但它继续将不同的群体聚集到一起。早年的北美定居者从易洛魁人那里学会了这项运动，使其在美国和加拿大得到推广，如今，长曲棍球的球迷范围已扩大到捷克共和国和日本等国。

这项运动在发源地也重新激起人们的兴趣。据2011年对集体运动项目进行的一项调查，美国参加长曲棍球运动的人在过去的10年中增加了218%，成为美国增长速度最快的运动项目。

莱昂斯很高兴看到长曲棍球运动的扩展。他说：“这项运动以和平和社区作基础，因此希望这一点会促使它得到推广，给世界带来和平。” n

— 玛丽-凯瑟琳·里姆  
(Mary-Katherine Ream)

关于长曲棍球的  
更多信息：

[USLacrosse.org](http://USLacrosse.org)



# 伊布蒂哈吉·穆罕默德： 击剑运动 打造新天地

**当**伊布蒂哈吉·穆罕默德 (Ibtihaj Muhammad) 取下她的击剑面罩时，她向全世界少数民族发出了信息。

她说：“我想要让他们知道：无论是种族、宗教还是性别，都不应该妨碍他们去实现自己的目标。”

穆罕默德是非洲裔美国人的后代、一位虔诚的穆斯林。她克服重重障碍，成为了击剑比赛项目——女子佩剑——的世界一流选手。

在她遇到的各种挑战中曾包括这样一项：如何在她的宗教信仰所要求的谦逊与现代体育的习俗之间找到平衡。

## 特别相适的项目

穆罕默德的父母总是鼓励孩子们参加体育活动。他们认为，参加体育活动是使孩子保持身体与社交活力的有益手段。

在上初中时，穆罕默德参加游泳、赛跑和打排球。但她每参加一项运动，妈妈都不得不为她准备一件特制服装。

穆罕默德说：“我记得因为我衣着保守总有一种与我的朋友们格格不入的感觉。”

有一天，穆罕默德和母亲看到一些年轻女子在当地的高中击剑，于是立即意识到这是一种可使穆罕默德不需特制服装而充分参与的运动。

由于击剑是一项用剑进行的一对一的抗争性运动，比赛者从头到脚穿



伊布蒂哈吉·穆罕默德在2010年世界击剑运动锦标赛中击败俄罗斯对手迪亚琴科 (Ekateri Diatchenko) 后手握刚取下的面罩。



©AP Images



上：完全的美国人：伊布蒂哈吉·穆罕默德在意大利举行的2011年世界击剑锦标赛赢得铜牌后欣然微笑。下：胜利的喜悦：美国队友，左起：马丽尔·扎古尼斯 (Mariel Zagunis)，伊布蒂哈吉·穆罕默德，黛格玛拉·沃兹尼亚克 (Dagmara Wozniak) 和达利雅·施奈德 (Daria Schneider) 在2011年世界击剑锦标赛奖台上合影。

## “我找到了一种包容我的宗教信仰和满足我想戴盖头的愿望的体育运动。”

防护服。对穆罕默德来说，衣着要求使这项运动对她“特别合适”。由于要穿上覆盖全身的击剑服，穆罕默德从事这项运动既可以遵守伊斯兰教义，又不会在运动员同行面前显得与众不同。

她解释说：“击剑运动让我感到很酷的一点是，它让我找到了一种包容我的宗教信仰和满足我想戴盖头的愿望的体育运动。我要戴盖头的愿望把我带入了一项我热爱的运动，不然的话我可能永远不会发现这项运动。”

虽然官方没有有关运动员宗教信仰的记录，但据信，穆罕默德可能是代表美国参加国际比赛的第一位穆斯林。她肯定是戴着头巾代表美国参加比赛的第一位穆斯林运动员。

### 身为表率

穆罕默德表示，她的击剑生涯获得成功证明，“盖头不是障碍”。

她希望通过她在彼得·韦斯特布鲁克基金会 (Peter Westbrook Foundation) 所参加的工作展示这一点。该基金会是设在纽约的一个非营利组织，致力于运用击剑运动帮助市内贫民区的青少年培养生活技能。

穆罕默德当初作为一个小击剑运动员，曾去这个基金会上一部分身体素质训练课。她现在在那里辅导其他青少年击剑运动员，尤其是少数族裔运动员和年轻的女运动员。

穆罕默德说：“我希望给他们树立榜样，证明只要有毅力一切都可以实现。”



### 为取得成功而练

不在基金会从事志愿者服务时，穆罕默德每星期在纽约的击剑俱乐部进行30小时的训练，并在新泽西州进行四小时的体能训练。

正如她在美国击剑运动队队员简介中描述的那样，她认为击剑运动让她懂得了“追求更高目标、付出代价、刻苦努力并战胜失败”。

除了让她认识到勤奋所能够带来的收获，击剑运动还为穆罕默德提供了她原来不可能有的机会。

2007年，穆罕默德从杜克大学 (DUKE UNIVERSITY) 毕业，获得国际关系与非裔美国人研究学士学位，并且兼修了阿拉伯语。她曾三次荣获全国大学生体育协会 (NCAA) 全美击剑运动员奖这是授予每项运动中最佳大学生运动员的荣誉。

虽然穆罕默德已经在击剑领域满载荣誉，但她仍在希望获得一项殊荣：代表美国参加奥运会。n

— 玛丽-凯瑟琳 里姆

更多击剑运动信息：  
USFencing.org





准备发球：伊利诺伊大学女排队员珍妮弗·贝尔特伦在2011年与南加州大学进行的全国排球半决赛中准备发球。

## 珍妮弗· 贝尔特伦： 服务社区

**在**美国，很多大学生在春假期间都会让自己轻松一下，而珍妮弗·贝尔特伦（Jennifer Beltran）却还忙于工作。这位伊利诺伊大学（University of Illinois）女子排球队的明星队员利用春假返回洛杉矶，帮助城市贫民区一所小学的学生开展排球营的活动。

珍妮弗说：“我有机会同他们互动，有机会跟他们交谈，我也希望能在某些方面给他们以激励。”

珍妮弗现在虽是优秀的学生和运动员，但她也是在洛杉矶的市中心贫民区长大的，懂得在一个缺乏资源的街区成长的艰难。她的单身母亲来自萨尔瓦多，艰难地维持一家两口的生活。

她解释说：“我没有一个像父亲一样的人可以依靠。我很小的时候，我的生父时离时现，不像应有的那种样子。”

这种情况一直延续到她遇到古斯塔沃·贝尔特伦（Gustavo Beltran）。

### 父亲般的人

古斯塔沃在珍妮弗所在学校的幼儿园当助理员，了解到她是一位单亲母亲的独生女。贝尔特伦不希望珍妮弗像那个街区很多孩子那样迷失方向，于是决定像父亲那样对待她。他在她放学后看照她，辅导她做功课和课后体育运动。

不久，古斯塔沃就发现了珍妮弗的运动能力和排球爱好。他和妻子芙娜（Virna）为帮助珍妮弗将排球才能转化为机会，不惜在她身上花费很多时间和金钱。

珍妮弗回想起古斯塔沃夫妇“无时无刻的帮助——努力纠正我的每一个错误，努力给我鼓励，一直提醒我排球可以给我带来的前途以及我可以怎样利用我的才能。”



©AP Images

勇于竞争：珍妮弗·贝尔特伦和伊利诺伊州大学队友在2011年高校女子排球赛上为得分欢呼。

贝尔特伦夫妇甚至为了支持珍妮弗有希望的排球生涯而破了产。珍妮弗说：“他们为我做了那么多的事，一般父母有时对自己的孩子都做不到像他们那样。”

珍妮弗原来的全名是珍妮弗·博尼拉（Bonilla），为感谢古斯塔沃为他所做的一切，她改姓了这位恩师的姓。她对美国娱乐与体育节目电视网（ESPN）记者说：“古斯塔沃对我就像是父亲。”

### 提供机会

贝尔特伦夫妇给予珍妮特精神上和经济上的支持结出了硕果。如今，珍妮特靠她得到的体育奖学金在美国最有体育实力的大学之一——伊利诺伊大学学习。通过排球和贝尔特伦夫妇给她提供的机会，她现在免费享受到一流高等教育。她是她家里第一个大学生。

她说：“我社区里的孩子要找到像这样的支持往往是很难的，我完全明白其中的原因。我很幸运找到了”——她停顿了一下——“一个家庭找到了我。”

珍妮弗说，是古斯塔沃推动她从事排球运动，是排球向她提供了从未想到过的各种机会，尤其是上大学的机会。她的主要目标是获得运动力学学位，即学习人体运动学。在这以后，她希望能随美国国家排球队去国外打球。

在为实现这些目标而作出努力之余，珍妮弗回到家乡帮助排球营开展活动。

她说：“我总回家的原因是我希望这些孩子也能得到机会。我希望做个榜样，告诉他们也做得到。”

她的导师古斯塔沃是这个排球营的经办人。n

— 玛丽-凯瑟琳·里姆  
(Mary-Katherine Ream)

更多排球信息：

[USA Volleyball.org](http://USA Volleyball.org)



# 在运动中前进：

分享

## 分享体育运动的力量

**美**国一流运动员和美国国务院携手，与全世界各地社区中的体育运动爱好者建立联系。运动员们举办示范讲习班、访问学校，并就教育、团队精神与尊重多元化的重要性等议题举行讨论会。



Photos: U. S. State Dept.

团队：北卡罗来纳青少年足球协会（North Carolina Youth Soccer Association）助理主教练萨里·罗斯（Sari Rose）[穿白衣者]在巴林举办的足球示范讲习班中指导青年女球员。罗斯在2011年5月访问巴林期间，到全国各地学校举办了数期示范讲习班，会见了巴林足球协会（Bahrain Football Federation）官员，并为巴林国家女子足球队（Bahrain Women's National Team）和16岁以下少女足球队指导了数次训练。



传递：全美女子篮球协会球员斯温·卡什（Swintayla “Swin” Cash）在伦敦附近两个行政区最近举办的一个篮球示范讲习班上，同一个男孩传球。伦敦于今年夏主办奥林匹克运动会。美国国务院和全美篮球协会正在共同努力，把现役和退役的专业篮球运动员派往10个国家，与那里缺少机会的青少年在球场上和社区里展开交流活动。卡什2012年3月前往英国便是这项努力之一。



注意！棒球大联盟名人堂成员小卡尔·里普肯（Cal Ripken Jr.）在日本向小球员们传授棒球技巧。2011年11月，里普肯在日本度过了旋风式的一周，在东京、东北（Tohoku）和关西（Kansai）等地举办示范讲习班，并访问了当年早些时候受到地震和海啸影响的城镇。自2007年起，里普肯一直担任美国国务院的公共外交特使。



都来踢足球！图中是2012年在阿根廷举办示范讲习班期间，原美国国家女子足球队（U.S. Women’s National Team）队员阿曼达·克伦威尔（Amanda Cromwell）准备示范讲习班一名学员的小妹妹进行传球。从3月15日至21日，作为美国国务院的“通过体育运动增进妇女和女童权益”（Empowering Women and Girls Through Sports）计划的一部分，克伦威尔和她的队友劳伦·格雷格（Lauren Gregg）在首都布宜诺斯艾利斯以及胡胡伊（Jujuy）、萨尔塔（Salta）和蒂尔卡拉（Tilcara）等地为缺少机会的女孩子们举办了示范讲习班，并指导了团队建设活动。



篮球结情谊：已退役的全美女子篮球协会（Women’s National Basketball Association）球员埃德娜·坎贝尔（Edna Campbell）到刚果布拉柴维尔的圣克莱尔（Sainte-Claire）孤儿院看望孩子们。2011年8月，坎贝尔和全美篮球协会（NBA）退役球员博·奥特洛（Bo Outlaw）一起，为250多名刚果青少年举办了示范讲习班，向他们传授篮球技巧，并讲授团队精神、自信和热忱的重要性。



培训教练：美国职业棒球大联盟（Major League Baseball）传奇人物小肯·葛瑞菲（Ken Griffey Jr.）[持捕手套者]和前蒙特利尔博览会队（Montreal Expos）球员乔·洛根（Joe Logan）[持球者]在菲律宾马尼拉的一个棒球讲习班上向少棒联盟（Little League）的教练们传授技巧。2011年3月，葛瑞菲和洛根在菲律宾举办了一系列讲习班，向教练们传授如何增进球员的团队精神和体育风范。

欢迎进一步了解  
美国国务院的  
体育项目！

<http://goo.gl/HQMU2>



# 美国体育常识



# 常识

美国发展最快的体育运动是什么？

考·考·考·考·考

美国最受欢迎的三项女子体育运动是什么？

## 小测验

### 你知道吗？

美国体育爱好者非常热衷体育知识问答活动。测试一下你是否知道下列10个有趣问题的答案。

1. 职棒大联盟比赛用球的平均寿命是多少？

- a) 投掷1次
- b) 投掷5至7次
- c) 1场比赛
- d) 7场比赛

2. 美国发展最快的体育运动是哪项？

- a) 足球
- b) 棒球
- c) 游泳
- d) 长曲棍球

3. 在美国，哪项体育运动的女子参加人数位居第一？

- a) 网球
- b) 排球
- c) 足球
- d) 篮球

4. 在美国，中学足球队员获得免费上大学的体育全额奖学金的机率有多大？

- a) 90分之1
- b) 900分之1
- c) 9000分之1
- d) 90万分之1

5. 美国5至18岁的女孩参加有组织的体育运动的比例大约是多少？

- a) 7%
- b) 17%
- c) 47%
- d) 70%

6. 美国哪支棒球队在世界大赛 (World Series) 中得胜次数最多？

- a) 波士顿红袜队 (Boston Red Sox)
- b) 纽约扬基队 (New York Yankees)
- c) 奥克兰运动家队 (Oakland Athletics)
- d) 圣路易斯红雀队 (St. Louis Cardinals)

7. 现代奥运会从哪一年开始首次有女运动员参加比赛？

- a) 1900
- b) 1925
- c) 1950
- d) 1975

8. 正确与否：美国许多青少年踢足球。

- a) 正确
- b) 不正确

9. 伦敦2012年夏季奥运会有多少种体育项目？

- a) 6
- b) 16
- c) 26
- d) 36

10. 哪位运动员赢得的奥运金牌最多？

- a) 苏联的拉丽莎·拉蒂尼娜 (Larisa Latynina)
- b) 芬兰的帕沃·鲁米 (Paavo Nurmi)
- c) 美国的迈克尔·菲尔普斯 (Michael Phelps)
- d) 美国的马克·斯皮茨 (Mark Spitz)



© AP Images

答案请见第20页

你答对了吗?

## 小测验答案

- 1. B** 职棒大联盟比赛用球的平均寿命是5-7次投掷。
- 2. D** 过去十年中美国青少年打长曲棍球的人数增长一倍以上，使这项运动成为美国发展速度最快的体育活动。
- 3. B** 美国参加排球运动的女子人数最多（910万），其次是足球（680万），篮球（650万）和女子手球（470万）。
- 4. A** 在2011年，美国中学足球队运动员获得有名望大学全额体育奖学金的几率是90比1。
- 5. D** 根据女子体育基金会 (Women's Sports Foundation) 2008年的调查报告，美国有69%的女孩和75%的男孩参加有组织的体育运动。
- 6. B** 纽约扬基队共赢得27场世界棒球大赛，冠美国各队之首。
- 7. A** 现代奥运会在1900年首次邀请女运动员参加。
- 8. A** 三十年来美国登记参加踢足球的儿童人数翻了四番。
- 9. C** 伦敦奥运会有26种运动。
- 10. C** 美国选手迈克尔·菲尔普斯赢得14枚金牌，超过所有奥运选手。



Getty Images



Getty Images



CPA Images

上：新星升起：最早源于美国原住民的长曲棍球运动现成为美国发展最快的体育活动。中：加速度：篮球是位于排球和足球之后的美国第三大女子体育运动。下：奥林匹克精神：美国代表队在2010年加拿大温哥华冬奥会开幕式上向观众致意。前页：1932年7月31日得克萨斯州达拉斯的田径明星米尔德里德·“芭比”·迪德里克森 (Mildred “Babe” Didrikson) 在洛杉矶奥林匹克体育场。

# 想了解更多吗？

请通过视频观看美国各种体育传统。



请欣赏我们的  
“美国体育”  
视频系列！  
<http://goo.gl/0QmYb>



www.facebook.com/ejournalUSA

# 有话要

# 说?



加入交谈  
请来臉書!

← → ↻ ⬆️ [www.facebook.com/ejournalUSA](http://www.facebook.com/ejournalUSA)

臉書

eJournal USA Timeline Now Highlights

Who is a leader in your community? Watch what some community leaders and how they're making a change: <http://goo.gl/Rvw82>

**Young African Leaders** 1 photo  
Join the discussion with Samuel Okudzeto Ablakwa, Deputy Minister of Information in Accra, Ghana, and Shamina Muslim, broadcast journalist and Young African Leaders alumnus <http://goo.gl/S0P1U>

Like · Comment · Share 3

👍 298 people like this.

💬 View all 8 comments

Write a comment...

eJournal USA updated their cover photo. 7 June

Today's state is Maryland. What will tomorrow's state be?